

Документ подписан простой электронной подписью  
Информация о владельце:  
ФИО: Борзов Александр Александрович  
Должность: Ректор  
Дата подписания: 15.05.2026 15:25:38  
Уникальный программный ключ:  
455c1bb9c883bfa2e44bcad3e1ef4a33800859e8



СЕВЕРО-ЗАПАДНЫЙ  
УНИВЕРСИТЕТ

**Автономная некоммерческая организация высшего образования  
«Северо-Западный университет»**

**РАБОЧАЯ ПРОГРАММА ДИСЦИПЛИНЫ  
«ПРОФИЛАКТИКА ДЕСТРУКЦИЙ В ДЕЯТЕЛЬНОСТИ ПСИХОЛОГА»,  
обязательного компонента  
основной профессиональной образовательной программы  
высшего образования - программы бакалавриата  
по направлению подготовки**

**37.03.01. ПСИХОЛОГИЯ  
направленность (профиль) программы бакалавриата –  
«Психолого-педагогическое сопровождение учащихся  
в общеобразовательной организации»**

*(срок получения образования  
по программе бакалавриата – 5 лет  
форма обучения – очно-заочная)*

Рабочая программа учебной дисциплины **«Профилактика деструкций в деятельности психолога»**, обязательного компонента основной профессиональной образовательной программы высшего образования - программы бакалавриата по направлению подготовки **37.03.01. Психология, направленность (профиль) программы бакалавриата – «Психолого-педагогическое сопровождение учащихся в общеобразовательной организации»**, одобренной на заседании Учёного совета образовательной организации (протокол № 03/26 от 13.04.2026), утверждённой ректором **Автономной некоммерческой организации высшего образования «Северо-Западный университет»** 13.04.2026, разработана с учётом рабочей программы воспитания, календарного плана воспитательной работы образовательной организации на 2026/2027 учебный год, утверждённых ректором образовательной организации 13.04.2026.

Образовательная деятельность в форме практической подготовки организована Автономной некоммерческой организацией высшего образования «Северо-Западный университет» при реализации учебной дисциплины **«Профилактика деструкций в деятельности психолога»** (контактная работа педагогического работника с обучающимся при проведении практических занятий по дисциплине), обязательного компонента основной профессиональной образовательной программы высшего образования - программы бакалавриата по направлению подготовки **37.03.01. Психология, направленность (профиль) программы бакалавриата – «Психолого-педагогическое сопровождение учащихся в общеобразовательной организации»**, форма обучения – очно-заочная, одобренной на заседании Учёного совета образовательной организации (протокол № 03/26 от 13.04.2026), утверждённой ректором **Автономной некоммерческой организации высшего образования «Северо-Западный университет»** 13.04.2026, в условиях выполнения обучающимися определённых видов работ, связанных с будущей профессиональной деятельностью и направленных на формирование, закрепление, развитие практических навыков и компетенций по профилю соответствующей основной образовательной программы высшего образования.

## 1. ЦЕЛИ И ЗАДАЧИ ДИСЦИПЛИНЫ

### Цель дисциплины:

Создание оптимальных условий для получения студентами знаний и формирования адекватных представлений о влиянии профессиональной деятельности на субъекта труда, для формирования необходимых умений и навыков профилактики и коррекции профессиональных деструкций.

### Задачи дисциплины:

- ознакомление студентов с базовыми механизмами психических процессов, состояний и индивидуальных различий с учетом антропометрических, анатомических и физиологических параметров жизнедеятельности человека в фило- социо- и онтогенезе;
- развивать способность создавать программы, направленные на предупреждение профессиональных рисков в различных видах деятельности, отклонений в социальном и личностном статусе и развитии человека с применением современного психологического инструментария;
- формировать умения и навыки профилактики и коррекции профессиональных деформаций.

## 2. МЕСТО ДИСЦИПЛИНЫ В СТРУКТУРЕ ОПОП ВО

Дисциплина является компонентом обязательной части Блока 1 основной профессиональной образовательной программы высшего образования по направлению подготовки **37.03.01 Психология**, (направленность (профиль) программы бакалавриата — «**Психолого-педагогическое сопровождение учащихся в общеобразовательной организации**»).

3. ПЕРЕЧЕНЬ ПЛАНИРУЕМЫХ РЕЗУЛЬТАТОВ ОБУЧЕНИЯ ПО ДИСЦИПЛИНЕ, СООТНЕСЕННЫХ С ИНДИКАТОРОМ ДОСТИЖЕНИЯ КОМПЕТЕНЦИЙ УК-6, ОПК-7, ПРЕДСТАВЛЕН В ТАБЛИЦЕ:

Код компетенции	Наименование компетенции	Индекс и наименование индикатора содержания компетенции	Дескрипторы – основные признаки освоения (показатели достижения результата)
УК-6.	Способен управлять своим временем, выстраивать и реализовывать траекторию саморазвития на основе принципов образования в течение всей жизни	УК-6.1 Знает: возможные перспективы своей профессиональной карьеры; понимает важность планирования перспективных целей деятельности с учетом условий, средств, личностных возможностей, этапов карьерного роста, временной перспективы развития деятельности и требований рынка труда.	Знает: специфику карьерного роста психолога, ключевые этапы профессионального становления, требования рынка труда. Определяет ресурсы для профессионального роста.

		<p>УК-6.2 Умеет: применять знание о своих ресурсах и их пределах (личностных, ситуативных, временных и т.д.), для успешного выполнения порученной работы; критически оценивать эффективность использования времени и других ресурсов при решении поставленных задач, а также относительно полученного результата; анализировать потенциальные возможности и ресурсы среды для собственного развития.</p>	<p>Умеет: проводить инвентаризацию личных ресурсов (личностных, ситуативных, временных); планировать нагрузку с учётом риска эмоционального выгорания; оценивать эффективность методов работы; корректировать стратегию работы на основе анализа результатов.</p>
		<p>УК-6.3 Владеет: навыками реализации намеченных целей с учетом условий, средств, личностных возможностей, этапов карьерного роста, временной перспективы развития деятельности и требований рынка труда; демонстрирует интерес к учебе и использует предоставляемые возможности для приобретения новых знаний и навыков.</p>	<p>Владеет: ставит SMART-цели для профессионального развития, применяет инструменты планирования. Ищет возможности для повышения квалификации. Интегрирует полученные знания в практику. Демонстрирует открытость к обратной связи от коллег и клиентов. Поддерживает баланс между профессиональными обязанностями и личным благополучием.</p>
<p><b>ОПК-7</b></p>	<p>Способен поддерживать уровень профессиональной компетенции, в том числе за счет понимания и готовности работать под супервизией</p>	<p>ОПК-7.1 Знает: организационные, правовые и этические принципы работы психолога в консультировании; общие и специфические цели и методы основных психотерапевтических направлений классической и современной теории психологического консультирования; закономерности и механизмы психологического воздействия, общие и специальные факторы эффективности психотерапевтического процесса; модели и методы проведения супервизии.</p>	<p>Знает: механизмы психологического воздействия и основные направления психотерапии. Выделяет факторы эффективности терапии. Разбирается в этических принципах. Знаком с моделями супервизии.</p>
		<p>ОПК-7.2 Умеет: самостоятельно формулировать практические и исследовательские задачи, составлять программы консультативной работы на основе психодинамического, гуманистического, когнитивно-бихевиорального, системно-семейного и других подходов; оценивать эффективность собственной деятельности и</p>	<p>Умеет: формулировать цели консультирования на основе диагностики. Разрабатывает программы с учётом возраста клиента, специфики проблемы, культурных особенностей. Отслеживает прогресс и инициирует супервизию при сложных случаях, эмоциональном истощении, этических дилеммах. Выстраивает профессиональную коммуникацию с</p>

		обращаться за супервизией к коллегам; формулировать запрос на супервизию с соблюдением этических норм и интересов клиента; выстраивать профессиональную коммуникацию для повышения уровня собственной компетентности и компетентности других специалистов в решении ключевых задач профессиональной деятельности	коллегами, клиентами и междисциплинарными командами.
		ОПК-7.3 Владеет: способами совершенствования системы саморегуляции и предотвращения синдрома профессионального сгорания консультанта; навыками профессиональной рефлексии и профессиональной коммуникации.	Владеет: техниками саморегуляции. Ведёт профессиональную рефлексию, использует стратегии профилактики выгорания. Коммуницирует в профессиональном сообществе.

#### 4. СТРУКТУРА И СОДЕРЖАНИЕ ДИСЦИПЛИНЫ

##### 4.1. Объем дисциплины в зачетных единицах с указанием количества академических часов

Общая трудоемкость учебной дисциплины составляет 2 зачетные единицы, 72 часа, включая все формы контактной и самостоятельной работы обучающихся.

**Объем дисциплины по учебному плану** составляет –  
2 зачётные единицы = 72 академических часа.

**Контактная работа обучающегося (студенты) с научно-педагогическим работником организации (всего)** - 18 академических часов,

**в том числе:**

- Лекционные занятия (Лек.) - 8 академических часов,
- Практические занятия (Пр.) - 10 академических часов,
- Самостоятельная работа (СР) - 54 академических часа.

##### Объём дисциплины

№ п/п	Раздел/тема дисциплины	Семестр/курс	Виды учебной деятельности, включая самостоятельную работу обучающихся (студентов), и трудоёмкость (в ак. часах)				Коды формируемых компетенций/индикаторов компетенций
			Виды учебных занятий по дисциплине			Самостоятельная работа	
			Лек.	Пр.	Конс.		
1	<b>Тема 1.</b> Профессиональное здоровье специалиста: проблемы и пути их	6 семестр/ 3 курс	1	2	-	9	УК-6.1, ОПК-7.1

	решения.						
2	<b>Тема 2.</b> Профессиональные деформации и деструкции.	6 семестр/ 3 курс	1	2	-	9	УК-6.1, УК-6.2, ОПК-7.1, ОПК-7.2
3	<b>Тема 3.</b> Синдром эмоционального выгорания в профессиональной деятельности.	6 семестр/ 3 курс	2	1	-	9	УК-6.1, УК-6.2, УК-6.3, ОПК-7.1, ОПК-7.2, ОПК-7.3
4	<b>Тема 4.</b> Профессиональные деформации и деструкции в деятельности психолога.	6 семестр/ 3 курс	1	1	-	9	УК-6.1, УК-6.2, УК-6.3, ОПК-7.1, ОПК-7.2, ОПК-7.3
5	<b>Тема 5.</b> Профилактика профессиональных деформаций и деструкций.	6 семестр/ 3 курс	1	1	-	9	УК-6.1, УК-6.2, УК-6.3, ОПК-7.1, ОПК-7.2, ОПК-7.3
6	<b>Тема 6.</b> Коррекция профессиональных деформаций.	6 семестр/ 3 курс	2	2	-	9	УК-6.1, УК-6.2, УК-6.3, ОПК-7.1, ОПК-7.2, ОПК-7.3
<b>ИТОГО аудиторных часов/СР:</b>		6 семестр/ 3 курс	<b>18 ак. часов</b>			<b>54 ак. часа</b>	-
<b>ВСЕГО ак. часов:</b>		6 семестр/ 3 курс	<b>72 академических часа</b>				

#### 4.2. Тематическое содержание дисциплины

\* количество академических часов и виды занятий представлены в таблице.

##### **Тема 1. Профессиональное здоровье специалиста: проблемы и пути их решения.**

Понятие профессионального здоровья. Психическое, психологическое, физическое и социальное здоровье специалиста. Структура профессионального здоровья. Понятие и факторы профессионального долголетия. Роль индивидуально-типологических особенностей и профессиональной подготовки в обеспечении профессионального здоровья. Надёжность профессиональной деятельности. Профессиональное здоровье и профессиональное развитие. Нормативные и ненормативные кризисы профессионального развития. Факторы, приводящие к нарушению профессионального здоровья.

##### **Тема 2. Профессиональные деформации и деструкции.**

Понятие профессиональных деформаций и деструкций. Причины развития профессиональных деформаций. Уровни профессиональных деформаций. Влияние профессиональных деформаций специалиста на продуктивность и надёжность профессиональной деятельности. Профессиональные деструкции как острое нарушение профессионального здоровья. Общее представление о профилактике и коррекции профессиональных деформаций и деструкций.

##### **Тема 3. Синдром эмоционального выгорания в профессиональной деятельности.**

Понятие эмоционального выгорания. История изучения и теории синдрома эмоционального выгорания. Факторы риска развития профессионального выгорания. Стадии развития синдрома эмоционального выгорания. Диагностика синдрома эмоционального выгорания. Направления профилактики синдрома эмоционального выгорания.

#### **Тема 4. Профессиональные деформации и деструкции в деятельности психолога**

Специфика деятельности психолога в различных областях практики. Факторы, приводящие к развитию профессиональных деформаций психологов. Факторы развития профессиональных деструкций психологов. Последствия профессиональных деформаций и деструкций для деятельности психолога. Профилактика нарушений профессионального здоровья психологов.

#### **Тема 5. Профилактика профессиональных деформаций и деструкций.**

Понятие профилактики в психологии. Методы профилактики. Цели и задачи профилактики профессиональных деформаций. Специфика первичной, вторичной и третичной профилактики. Направления профилактики профессиональных деформаций и деструкций. Критерии эффективности профилактических мероприятий. Работа в микрогруппах: разработка и презентация программы профилактики профессиональных деформаций специалистов в конкретной сфере профессиональной деятельности.

#### **Тема 6. Коррекция профессиональных деформаций.**

Понятие коррекции в психологии. Методы коррекции. Цели и задачи коррекции профессиональных деформаций. Направления коррекции профессиональных деформаций и деструкций. Критерии эффективности коррекционных программ. Работа в микрогруппах: разработка и презентация программы коррекции профессиональных деформаций специалистов в конкретной сфере профессиональной деятельности.

### **4.2.1 Содержание практических занятий**

<b>№ п/п</b>	<b>Объем в ак.час.</b>	<b>Наименование темы (раздела) дисциплины</b>	<b>Содержание практического занятия</b>
1	2	<b>Тема 1.</b> Профессиональное здоровье специалиста: проблемы и пути их решения.	Тестовые задания, реферат, устный опрос с целью усвоения изучаемого материала.
2	2	<b>Тема 2.</b> Профессиональные деформации и деструкции.	Тестовые задания, реферат, устный опрос с целью усвоения изучаемого материала.
3	1	<b>Тема 3.</b> Синдром эмоционального выгорания в профессиональной деятельности.	Тестовые задания, реферат, устный опрос с целью усвоения изучаемого материала.
4	1	<b>Тема 4.</b> Профессиональные деформации и деструкции в деятельности психолога.	Тестовые задания, реферат, устный опрос с целью усвоения изучаемого материала.
5	1	<b>Тема 5.</b> Профилактика профессиональных деформаций и деструкций.	Тестовые задания, реферат, устный опрос с целью усвоения изучаемого материала.
6	2	<b>Тема 6.</b> Коррекция профессиональных деформаций.	Тестовые задания, реферат, устный опрос с целью усвоения изучаемого материала.

### **4.2.2 Содержание самостоятельной работы**

<b>№</b>	<b>Самостоятельная работа обучающихся (ак. час)</b>	<b>Коды комп. индик</b>	<b>Наименование темы (раздела) дисциплины</b>	<b>Характер занятий и цель</b>
1	9	УК-6.1, ОПК-7.1	<b>Тема 1.</b> Профессиональное	Ответы на практическом занятии, тест, реферат

			здоровье специалиста: проблемы и пути их решения.	
2	9	УК-6.1, УК-6.2, ОПК-7.1, ОПК-7.2	<b>Тема 2.</b> Профессиональные деформации и деструкции.	Ответы на практическом занятии, тест, реферат
3	9	УК-6.1, УК-6.2, УК-6.3, ОПК-7.1, ОПК-7.2, ОПК-7.3	<b>Тема 3.</b> Синдром эмоционального выгорания в профессиональной деятельности.	Ответы на практическом занятии, тест, реферат
4	9	УК-6.1, УК-6.2, УК-6.3, ОПК-7.1, ОПК-7.2, ОПК-7.3	<b>Тема 4.</b> Профессиональные деформации и деструкции в деятельности психолога.	Ответы на практическом занятии, тест, реферат
5	9	УК-6.1, УК-6.2, УК-6.3, ОПК-7.1, ОПК-7.2, ОПК-7.3	<b>Тема 5.</b> Профилактика профессиональных деформаций и деструкций.	Ответы на практическом занятии, тест, реферат
6	9	УК-6.1, УК-6.2, УК-6.3, ОПК-7.1, ОПК-7.2, ОПК-7.3	<b>Тема 6.</b> Коррекция профессиональных деформаций.	Ответы на практическом занятии, тест, реферат

## 5. УЧЕБНО-МЕТОДИЧЕСКОЕ И ИНФОРМАЦИОННОЕ ОБЕСПЕЧЕНИЕ ДИСЦИПЛИНЫ

### 5.1. Используемое программное обеспечение:

Microsoft Windows 11 Pro или аналогичная ОС, включая дистрибутивы Linux, например, Debian, Ubuntu, OpenSuse, в том числе отечественного производства, например, ОС Astra Linux Common Edition (Разработчик: АО «НПО РусБИТех»), ОС «РОСА» (Разработчик: «НТИЦ ИТ РОСА»).

Microsoft Office 365 или аналогичный офисный пакет, например, OpenOffice, LibreOffice, ONLYOFFICE, в том числе отечественного производства, например, МойОфис (Разработчик: ООО «Новые облачные технологии»).

Adobe Reader или аналогичный просмотрщик PDF, например, Okular, Foxit Reader, в том числе отечественного производства, например, Окуляр ГОСТ (Разработчик: ООО «Лаборатория 50»).

Google Chrome или аналогичный веб-браузер, например, Microsoft Edge, Mozilla Firefox, в том числе отечественного производства, например, Яндекс.Браузер (Разработчик: ООО «Яндекс»).

### 5.2. Перечень ресурсов информационно-телекоммуникационной сети «Интернет», необходимых для освоения дисциплины (модуля)

1. Электронно-библиотечная система URAIT.RU [Электронный ресурс]. - Режим доступа: <https://urait.ru/>

### 5.3. Современные профессиональные базы данных и информационные справочные системы:

Обучающимся (бакалаврам) обеспечен доступ (удаленный доступ), в том числе в случае применения электронного обучения, дистанционных образовательных технологий, к современным профессиональным базам данных и информационным справочным системам (*подлежащим обновлению при необходимости*), а именно:

1. КонсультантПлюс: справочно-поисковая система [Электронный ресурс]. - <http://www.consultant.ru>
2. Мировая цифровая библиотека: <http://wdl.org/ru>
3. Научная электронная библиотека «Scopus»: <https://www.scopus.com>

4. Научная электронная библиотека ScienceDirect: <http://www.sciencedirect.com>
5. Научная электронная библиотека «eLIBRARY»: <https://elibrary.ru>
6. Портал «Гуманитарное образование» <http://www.humanities.edu.ru>
7. Федеральный портал «Российское образование» <http://www.edu.ru>
8. Федеральное хранилище «Единая коллекция цифровых образовательных ресурсов» <http://school-collection.edu.ru>
9. Поисковые системы Yandex, Rambler и др.
10. Электронная библиотека Российской Государственной Библиотеки (РГБ): <http://elibrary.rsl.ru>
11. Электронно-библиотечная система <http://www.sciteclibrary.ru>

#### **5.4. Основная литература:**

1. Профилактика профессиональных деформаций в системе социальной работы : учебник для вузов / под редакцией М. В. Воронцовой. — 2-е изд., перераб. и доп. — Москва : Издательство Юрайт, 2025. — 244 с. — (Высшее образование). — ISBN 978-5-534-13557-2. — Текст : электронный // Образовательная платформа Юрайт [сайт]. — URL: <https://www.urait.ru/bcode/567214> (дата обращения: 18.06.2025).
2. Москвина, Н. Б. Профилактика профессиональных деформаций учителя : учебник / Н. Б. Москвина. — 2-е изд., перераб. и доп. — Москва : Издательство Юрайт, 2025. — 218 с. — (Высшее образование). — ISBN 978-5-534-05509-2. — Текст : электронный // Образовательная платформа Юрайт [сайт]. — URL: <https://www.urait.ru/bcode/563706> (дата обращения: 18.06.2025).

#### **5.5. Дополнительная литература:**

1. Москвина, Н. Б. Личностно- профессиональные деформации педагогов. Проблема реабилитации : учебник / Н. Б. Москвина. — 2-е изд., испр. и доп. — Москва : Издательство Юрайт, 2025. — 195 с. — (Высшее образование). — ISBN 978-5-534-05508-5. — Текст : электронный // Образовательная платформа Юрайт [сайт]. — URL: <https://www.urait.ru/bcode/563705> (дата обращения: 18.06.2025).
2. Константинов, В. В. Профессиональная деформация личности : учебник для вузов / В. В. Константинов. — 2-е изд., испр. и доп. — Москва : Издательство Юрайт, 2025. — 186 с. — (Высшее образование). — ISBN 978-5-534-08760-4. — Текст : электронный // Образовательная платформа Юрайт [сайт]. — URL: <https://www.urait.ru/bcode/562989> (дата обращения: 18.06.2025).

## 6. МАТЕРИАЛЬНО-ТЕХНИЧЕСКОЕ ОБЕСПЕЧЕНИЕ ДИСЦИПЛИНЫ

Занятия лекционного типа и занятия семинарского типа (практические занятия) проходят в специализированных аудиториях, оснащенных презентационной мультимедийной техникой.

Помещения для самостоятельной работы обучающихся оснащены компьютерной техникой с возможностью подключения к сети «Интернет» и обеспечением доступа к электронной информационно-образовательной среде Организации.

### **Материально-техническая база образовательной организации:**

Занятия лекционного типа и занятия семинарского типа (практические занятия) проходят в специализированных аудиториях, оснащенных презентационной мультимедийной техникой.

Помещения для самостоятельной работы обучающихся оснащены компьютерной техникой с возможностью подключения к сети «Интернет» и обеспечением доступа к электронной информационно-образовательной среде Организации.

№ п/п	Наименование учебных предметов, курсов, дисциплин (модулей), практики, иных видов учебной деятельности, предусмотренных учебным планом образовательной программы	Наименование помещений для проведения всех видов учебной деятельности, предусмотренной учебным планом, в том числе помещения для самостоятельной работы, с указанием перечня основного оборудования, учебно-наглядных пособий и используемого программного обеспечения
1	Профилактика деструкций в деятельности психолога	<p style="text-align: center;"><b>учебная аудитория № 304</b></p> <p><b>Специализированная многофункциональная учебная аудитория для проведения учебных занятий лекционного типа, групповых и индивидуальных консультаций, текущего контроля и промежуточной аттестации, подтверждающая наличие материально-технического обеспечения, с перечнем основного оборудования (включая, специализированную мебель и технические средства обучения):</b></p> <p>письменные столы обучающихся;  стулья обучающихся;  письменный стол педагогического работника;  стул педагогического работника;  <b>технические средства обучения, служащие для представления учебной информации большой аудитории, в том числе демонстрационное оборудование:</b>  магнитно-маркерная доска;  мультимедийный проектор;  экран;  <b>компьютерная техника:</b>  ноутбук с возможностью подключения к сети «Интернет» и обеспечением доступа к электронной информационно-образовательной среде организации  <b>используемое программное обеспечение (комплект лицензионного и свободно распространяемого программного обеспечения, в том числе отечественного производства):</b>  - серверные и пользовательские операционные системы: Ubuntu, Debian, FreeBSD, Linux.  - пакетные менеджеры: npm, yarn, bundler;  - офисные пакеты: Onlyoffice, OpenOffice (отечественное производство), LibreOffice;  - облачные сервисы: Яндекс.Облако, Google Documents, Google Sites;  - веб-браузеры: Google Chrome, Mozilla Firefox, Opera, Microsoft Edge  - программное обеспечение: 1С:Предпр.8. Комплект для обучения в высших и средних учебных заведениях (отечественное производство) лицензионный договор № ЦС23-003296 18.10.2023, ПК АРБИТР (ПК АСМ СЗМА) (отечественное производство) лицензионный договор № 23-09/14 от 15.10.2023, Финансовый аналитик онлайн;</p> <p style="text-align: center;"><b>учебная аудитория № 308</b></p> <p><b>Специализированная многофункциональная учебная аудитория для проведения учебных занятий лекционного типа, групповых и индивидуальных консультаций, текущего контроля и промежуточной аттестации, подтверждающая наличие материально-технического обеспечения, с перечнем основного</b></p>

**оборудования** (включая, специализированную мебель и технические средства обучения):

письменные столы обучающихся;  
стулья обучающихся;  
письменный стол педагогического работника;  
стул педагогического работника;

**технические средства обучения, служащие для представления учебной информации большой аудитории, в том числе демонстрационное оборудование:**

магнитно-маркерная доска;  
мультимедийный проектор;  
экран;

**компьютерная техника:**

ноутбук с возможностью подключения к сети «Интернет» и обеспечением доступа к электронной информационно-образовательной среде организации

**используемое программное обеспечение** (комплект лицензионного и свободно распространяемого программного обеспечения, в том числе отечественного производства):

- серверные и пользовательские операционные системы: Ubuntu, Debian, FreeBSD, Linux.

- пакетные менеджеры: npm, yarn, bundler;

- офисные пакеты: Onlyoffice, OpenOffice (отечественное производство), LibreOffice;

- облачные сервисы: Яндекс.Облако, Google Documents, Google Sites;

- веб-браузеры: Google Chrome, Mozilla Firefox, Opera, Microsoft Edge

- программное обеспечение: 1С:Предпр.8. Комплект для обучения в высших и средних учебных заведениях (отечественное производство) лицензионный договор № ЦС23-003296 18.10.2023, ПК

АРБИТР (ПК АСМ СЗМА) (отечественное производство) лицензионный договор № 23-09/14 от 15.10.2023, Финансовый

аналитик онлайн;

**аудитория № 411 для самостоятельной работы обучающихся с перечнем основного оборудования:** (включая, специализированную мебель и технические средства обучения):

письменные столы обучающихся;  
стулья обучающихся;  
письменный стол педагогического работника;  
стул педагогического работника;

**технические средства обучения, служащие для представления учебной информации большой аудитории, в том числе демонстрационное оборудование:**

магнитно-маркерная доска;  
мультимедийный проектор;  
экран;

**компьютерная техника:**

ноутбук с возможностью подключения к сети «Интернет» и обеспечением доступа к электронной информационно-образовательной среде организации

**используемое программное обеспечение** (комплект лицензионного и свободно распространяемого программного обеспечения, в том числе отечественного производства):

	<ul style="list-style-type: none"><li>- серверные и пользовательские операционные системы: Ubuntu, Debian, FreeBSD, Linux.</li><li>- пакетные менеджеры: rpm, yarn, bundler;</li><li>- офисные пакеты: Onlyoffice, OpenOffice (<i>отечественное производство</i>), LibreOffice;</li><li>- облачные сервисы: Яндекс.Облако, Google Documents, Google Sites;</li><li>- веб-браузеры: Google Chrome, Mozilla Firefox, Opera, Microsoft Edge</li><li>- программное обеспечение: 1С:Предпр.8. Комплект для обучения в высших и средних учебных заведениях (<i>отечественное производство</i>) лицензионный договор № ЦС23-003296 18.10.2023, ПК АРБИТР (ПК АСМ СЗМА) (<i>отечественное производство</i>) лицензионный договор № 23-09/14 от 15.10.2023, Финансовый аналитик онлайн;</li></ul>
--	--

## 7. ОЦЕНОЧНЫЕ МАТЕРИАЛЫ ДЛЯ ТЕКУЩЕГО КОНТРОЛЯ УСПЕВАЕМОСТИ И ПРОМЕЖУТОЧНОЙ АТТЕСТАЦИИ ОБУЧАЮЩИХСЯ ПО ДИСЦИПЛИНЕ

Оценочные материалы предусмотрены в Приложении 1.

## 8. МЕТОДИЧЕСКИЕ МАТЕРИАЛЫ ДЛЯ ОБУЧАЮЩИХСЯ ПО ОСВОЕНИЮ ДИСЦИПЛИНЫ

### **А) Рекомендации обучающемуся (студенту) по работе с конспектом после лекции**

Какими бы замечательными качествами в области методики ни обладал лектор, какое бы большое значение на занятиях ни уделял лекции слушатель, глубокое понимание материала достигается только путем самостоятельной работы над ним. Самостоятельную работу следует начинать с доработки конспекта, желательно в тот же день, пока время не стерло содержание лекции из памяти (через 10 часов после лекции в памяти остается не более 30-40 % материала). С целью доработки необходимо в первую очередь прочитать записи, восстановить текст в памяти, а также исправить опiski, расшифровать не принятые ранее сокращения, заполнить пропущенные места, понять текст, вникнуть в его смысл. Далее прочитать материал по рекомендуемой литературе, разрешая в ходе чтения, возникшие ранее затруднения, вопросы, а также дополнения и исправляя свои записи. Записи должны быть наглядными, для чего следует применять различные способы выделений. В ходе доработки конспекта углубляются, расширяются и закрепляются знания, а также дополняется, исправляется и совершенствуется конспект. Подготовленный конспект и рекомендуемая литература используется при подготовке к практическому занятию. Подготовка сводится к внимательному прочтению учебного материала, к выводу с карандашом в руках всех утверждений и формул, к решению примеров, задач, к ответам на вопросы, предложенные в конце лекции преподавателем или помещенные в рекомендуемой литературе. Примеры, задачи, вопросы по теме являются материалом самоконтроля. Непременным условием глубокого усвоения учебного материала является знание основ, на которых строится изложение материала. Обычно преподаватель напоминает, какой ранее изученный материал и в какой степени требуется подготовить к очередному занятию. Эта рекомендация, как и требование систематической и серьезной работы над всем лекционным курсом, подлежит безусловному выполнению. Потери логической связи как внутри темы, так и между ними приводит к негативным последствиям: материал учебной дисциплины перестает основательно восприниматься, а творческий труд подменяется утомленным переписыванием. Обращение к ранее изученному материалу не только помогает восстановить в памяти известные положения, выводы, но и приводит разрозненные знания в систему, углубляет и расширяет их. Каждый возврат к старому материалу позволяет найти в нем

что-то новое, переосмыслить его с иных позиций, определить для него наиболее подходящее место в уже имеющейся системе знаний. Неоднократное обращение к пройденному материалу является наиболее рациональной формой приобретения и закрепления знаний. Очень полезным, но, к сожалению, еще мало используемым в практике самостоятельной работы, является предварительное ознакомление с учебным материалом. Даже краткое, беглое знакомство с материалом очередной лекции дает многое. Обучающиеся (студенты) получают общее представление о её содержании и структуре, о главных и второстепенных вопросах, о терминах и определениях. Все это облегчает работу на лекции и делает ее целеустремленной.

### **Б) Рекомендации обучающемуся (студенту) по подготовке к занятиям семинарского типа**

Обучающийся (студент) должен чётко уяснить, что именно с лекции начинается его подготовка к лабораторному/ практическому/ семинарскому/ методическому/ клиническому практическому занятию. Вместе с тем, лекция лишь организует мыслительную деятельность, но не обеспечивает глубину усвоения программного материала. При подготовке к такому виду занятий можно выделить 2 этапа:

1-й - организационный,

2-й - закрепление и углубление теоретических знаний.

На первом этапе обучающийся (студент) планирует свою самостоятельную работу, которая включает:

- уяснение задания на самостоятельную работу;

- подбор рекомендованной литературы;

- составление плана работы, в котором определяются основные пункты предстоящей подготовки.

Составление плана дисциплинирует и повышает организованность в работе. Второй этап включает непосредственную подготовку обучающегося (студента) к занятию. Начинать надо с изучения рекомендованной литературы. Необходимо помнить, что на лекции обычно рассматривается не весь материал, а только его часть. Остальная его часть восполняется в процессе самостоятельной работы. В связи с этим работа с рекомендованной литературой обязательна. Особое внимание при этом необходимо обратить на содержание основных положений и выводов, объяснение явлений и фактов, уяснение практического приложения рассматриваемых теоретических вопросов. В процессе этой работы обучающийся (студент) должен стремиться понять и запомнить основные положения рассматриваемого материала, примеры, поясняющие его, а также разобраться в иллюстративном материале. Заканчивать подготовку следует составлением плана (перечня основных пунктов) по изучаемому материалу (вопросу). Такой план позволяет составить концентрированное, сжатое представление по изучаемым вопросам. В процессе подготовки к семинарскому занятию рекомендуется взаимное обсуждение материала, во время которого закрепляются знания, а также приобретается практика в изложении и разъяснении полученных знаний, развивается речь. При необходимости следует обращаться за консультацией к преподавателю. Идя на консультацию, необходимо хорошо продумать вопросы, которые требуют разъяснения. В начале семинарского занятия обучающиеся (студента) под руководством преподавателя более глубоко осмысливают теоретические положения по теме занятия, раскрывают и объясняют основные явления и факты. В процессе творческого обсуждения и дискуссии вырабатываются умения и навыки использовать приобретенные знания для решения практических задач.

### **В) Рекомендации по самостоятельной работе обучающегося (студента) над изучаемым материалом**

Успешное освоение данного курса базируется на рациональном сочетании нескольких видов учебной деятельности - лекций, семинарских занятий, самостоятельной работы. При этом самостоятельную работу следует рассматривать одним из главных звеньев полноценного высшего образования, на которую отводится значительная часть учебного времени.

Самостоятельная работа студентов складывается из следующих составляющих:

- работа с основной и дополнительной литературой, с материалами интернета и конспектами лекций;
- внеаудиторная подготовка к контрольным работам, выполнение докладов, рефератов и курсовых работ;
- выполнение самостоятельных практических работ;
- подготовка к экзаменам (зачетам) непосредственно перед ними.

Для правильной организации работы необходимо учитывать порядок изучения разделов курса, находящихся в строгой логической последовательности. Поэтому хорошее усвоение одной части дисциплины является предпосылкой для успешного перехода к следующей. Задания, проблемные вопросы, предложенные для изучения дисциплины, в том числе и для самостоятельного выполнения, носят междисциплинарный характер и базируются, прежде всего, на причинно-следственных связях между компонентами окружающего нас мира. В течение семестра, необходимо подготовить рефераты (проекты) с использованием рекомендуемой основной и дополнительной литературы и сдать рефераты для проверки преподавателю. Важным составляющим в изучении данного курса является решение ситуационных задач и работа над проблемно-аналитическими заданиями, что предполагает знание соответствующей научной терминологии и т.д.

Для лучшего запоминания материала целесообразно использовать индивидуальные особенности и разные виды памяти: зрительную, слуховую, ассоциативную. Успешному запоминанию также способствует приведение ярких свидетельств и наглядных примеров. Учебный материал должен постоянно повторяться и закрепляться.

При выполнении докладов, творческих, информационных, исследовательских проектов особое внимание следует обращать на подбор источников информации и методику работы с ними.

Для успешной сдачи экзамена (зачета) рекомендуется соблюдать следующие правила:

1. Подготовка к экзамену (зачету) должна проводиться систематически, в течение всего семестра.
2. Интенсивная подготовка должна начаться не позднее, чем за месяц до экзамена.
3. Время непосредственно перед экзаменом (зачетом) лучше использовать таким образом, чтобы оставить последний день свободным для повторения курса в целом, для систематизации материала и доработки отдельных вопросов.

На экзамене высокую оценку получают студенты, использующие данные, полученные в процессе выполнения самостоятельных работ, а также использующие собственные выводы на основе изученного материала.

Учитывая значительный объем теоретического материала, студентам рекомендуется регулярное посещение и подробное конспектирование лекций.

## 9. ОСОБЕННОСТИ РЕАЛИЗАЦИИ ДИСЦИПЛИНЫ ДЛЯ ИНВАЛИДОВ И ЛИЦ С ОГРАНИЧЕННЫМИ ВОЗМОЖНОСТЯМИ ЗДОРОВЬЯ

Обучающимся с ограниченными возможностями здоровья предоставляются специальные учебники и учебные пособия, иная учебная литература, специальные технические средства

обучения коллективного и индивидуального пользования, предоставление услуг ассистента (помощника), оказывающего обучающимся необходимую техническую помощь, а также услуги сурдопереводчиков и тифлосурдопереводчиков.

а) для слабовидящих:

- на промежуточной аттестации присутствует ассистент, оказывающий студенту необходимую техническую помощь с учетом индивидуальных особенностей (он помогает занять рабочее место, передвигаться, прочесть и оформить задание, в том числе записывая под диктовку);

- задания для выполнения, а также инструкция о порядке проведения промежуточной аттестации оформляются увеличенным шрифтом;

- задания для выполнения на промежуточной аттестации зачитываются ассистентом;

- письменные задания выполняются на бумаге, надиктовываются ассистенту;

- обеспечивается индивидуальное равномерное освещение не менее 300 люкс;

- студенту для выполнения задания при необходимости предоставляется увеличивающее устройство;

в) для глухих и слабослышащих:

- на промежуточной аттестации присутствует ассистент, оказывающий студенту необходимую техническую помощь с учетом индивидуальных особенностей (он помогает занять рабочее место, передвигаться, прочесть и оформить задание, в том числе записывая под диктовку);

- промежуточная аттестация проводится в письменной форме;

- обеспечивается наличие звукоусиливающей аппаратуры коллективного пользования, при необходимости поступающим предоставляется звукоусиливающая аппаратура индивидуального пользования;

- по желанию студента промежуточная аттестация может проводиться в письменной форме;

д) для лиц с нарушениями опорно-двигательного аппарата (тяжелыми нарушениями двигательных функций верхних конечностей или отсутствием верхних конечностей):

- письменные задания выполняются на компьютере со специализированным программным обеспечением или надиктовываются ассистенту;

- по желанию студента промежуточная аттестация проводится в устной форме.

**Оценочные материалы текущего контроля успеваемости и  
промежуточной аттестации обучающихся**

**по дисциплине Б1.О.23 «Профилактика деструкций в деятельности психолога»  
Направление подготовки 37.03.01 «Психология»**

**1. ПЛАНИРУЕМЫЕ РЕЗУЛЬТАТЫ ОБУЧЕНИЯ ПО УЧЕБНОЙ  
ДИСЦИПЛИНЕ В РАМКАХ ПЛАНИРУЕМЫХ РЕЗУЛЬТАТОВ ОСВОЕНИЯ  
ОСНОВНОЙ ПРОФЕССИОНАЛЬНОЙ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЙ ПРОГРАММЫ**

Процесс освоения учебной дисциплины направлен на формирование у обучающихся следующих компетенций.

В результате освоения учебной дисциплины обучающийся должен демонстрировать следующие результаты обучения УК-6, ОПК-7:

<b>Код компетенции</b>	<b>Наименование компетенции</b>	<b>Индекс и наименование индикатора содержания компетенции</b>	<b>Дескрипторы – основные признаки освоения (показатели достижения результата)</b>
<b>УК-6.</b>	Способен управлять своим временем, выстраивать и реализовывать траекторию саморазвития на основе принципов образования в течение всей жизни	УК-6.1 Знает: возможные перспективы своей профессиональной карьеры; понимает важность планирования перспективных целей деятельности с учетом условий, средств, личностных возможностей, этапов карьерного роста, временной перспективы развития деятельности и требований рынка труда.	Знает: специфику карьерного роста психолога, ключевые этапы профессионального становления, требования рынка труда. Определяет ресурсы для профессионального роста.
		УК-6.2 Умеет: применять знание о своих ресурсах и их пределах (личностных, ситуативных, временных и т.д.), для успешного выполнения порученной работы; критически оценивать эффективность использования времени и других ресурсов при решении поставленных задач, а также относительно полученного результата; анализировать потенциальные возможности и ресурсы среды для собственного развития.	Умеет: проводить инвентаризацию личных ресурсов (личностных, ситуативных, временных); планировать нагрузку с учётом риска эмоционального выгорания; оценивать эффективность методов работы; корректировать стратегию работы на основе анализа результатов.

		<p>УК-6.3 Владеет: навыками реализации намеченных целей с учетом условий, средств, личностных возможностей, этапов карьерного роста, временной перспективы развития деятельности и требований рынка труда; демонстрирует интерес к учебе и использует предоставляемые возможности для приобретения новых знаний и навыков.</p>	<p>Владеет: ставит SMART-цели для профессионального развития, применяет инструменты планирования. Ищет возможности для повышения квалификации. Интегрирует полученные знания в практику. Демонстрирует открытость к обратной связи от коллег и клиентов. Поддерживает баланс между профессиональными обязанностями и личным благополучием.</p>
<b>ОПК-7</b>	<p>Способен поддерживать уровень профессиональной компетенции, в том числе за счет понимания и готовности работать под супервизией</p>	<p>ОПК-7.1 Знает: организационные, правовые и этические принципы работы психолога в консультировании; общие и специфические цели и методы основных психотерапевтических направлений классической и современной теории психологического консультирования; закономерности и механизмы психологического воздействия, общие и специальные факторы эффективности психотерапевтического процесса; модели и методы проведения супервизии.</p>	<p>Знает: механизмы психологического воздействия и основные направления психотерапии. Выделяет факторы эффективности терапии. Разбирается в этических принципах. Знаком с моделями супервизии.</p>
		<p>ОПК-7.2 Умеет: самостоятельно формулировать практические и исследовательские задачи, составлять программы консультативной работы на основе психодинамического, гуманистического, когнитивно-бихевиорального, системно-семейного и других подходов; оценивать эффективность собственной деятельности и обращаться за супервизией к коллегам; формулировать запрос на супервизию с соблюдением этических норм и интересов клиента; выстраивать профессиональную коммуникацию для повышения уровня собственной компетентности и компетентности других специалистов в решении ключевых задач профессиональной деятельности</p>	<p>Умеет: формулировать цели консультирования на основе диагностики. Разрабатывает программы с учётом возраста клиента, специфики проблемы, культурных особенностей. Отслеживает прогресс и инициирует супервизию при сложных случаях, эмоциональном истощении, этических дилеммах. Выстраивает профессиональную коммуникацию с коллегами, клиентами и междисциплинарными командами.</p>

	<p>ОПК-7.3 Владеет: способами совершенствования системы саморегуляции и предотвращения синдрома профессионального сгорания консультанта; навыками профессиональной рефлексии и профессиональной коммуникации.</p>	<p>Владеет: техниками саморегуляции. Ведёт профессиональную рефлексии, использует стратегии профилактики выгорания. Коммуницирует в профессиональном сообществе.</p>
--	---	--

## 2. КРИТЕРИИ ОЦЕНИВАНИЯ КОМПЕТЕНЦИЙ

(признак, на основании которого, проводится оценка по выбранному показателю)

<i>Показатель оценивания компетенций</i>	<i>Результат обучения</i>	<i>Критерии оценивания компетенций</i>
<b>Высокий уровень (отлично)</b>	<b>Знать</b>	Обучающийся продемонстрировал: глубокие исчерпывающие знания и понимание учебного материала; содержательные, полные, правильные и конкретные ответы на все вопросы, включая дополнительные; свободное владение основной и дополнительной литературой, рекомендованной учебной программой дисциплины.
	<b>Уметь</b>	Обучающийся продемонстрировал: понимание учебного материала; умение свободно решать практические задания (ситуационные задачи), которые следует выполнить или описание результата, который нужно получить и др.; логически последовательные, содержательные, полные, правильные и конкретные ответы (решения) на все поставленные задания (вопросы), включая дополнительные; свободное владение основной и дополнительной литературой, рекомендованной учебной программой дисциплины.
	<b>Владеть</b>	Обучающийся продемонстрировал: понимание учебного материала; умение свободно решать комплексные практические задания (решения задач по нестандартным ситуациям); логически последовательные, полные, правильные и конкретные ответы в ходе защиты задания, включая дополнительные уточняющие вопросы (задания); свободное владение основной и дополнительной литературой, рекомендованной учебной программой дисциплины.
<b>Средний уровень (хорошо)</b>	<b>Знать</b>	Обучающийся продемонстрировал: твердые и достаточно полные знания учебного материала; правильное понимание сущности и взаимосвязи рассматриваемых процессов и явлений; последовательные, правильные, конкретные ответы на поставленные вопросы при свободном устранении замечаний по отдельным вопросам; достаточное владение литературой, рекомендованной учебной программой дисциплины
	<b>Уметь</b>	Обучающийся продемонстрировал: понимание учебного материала; логически последовательные, правильные и конкретные ответы (решения) на основные задания (вопросы), включая дополнительные; устранение замечаний по отдельным элементам задания (вопроса); владение основной и дополнительной литературой, рекомендованной учебной программой дисциплины
	<b>Владеть</b>	Обучающийся продемонстрировал: понимание учебного материала; продемонстрировал логически последовательные, достаточно полные, правильные ответы, включая дополнительные; самостоятельно устранил замечания по отдельным элементам задания (вопроса); владение основной и дополнительной литературой,

		рекомендованной учебной программой дисциплины
Достаточный уровень (удовлетворительно)	<b>Знать</b>	Обучающийся продемонстрировал: твердые знания и понимание основного учебного материала; правильные, без грубых ошибок, ответы на поставленные вопросы при устранении неточностей и несущественных ошибок в освещении отдельных положений при наводящих вопросах преподавателя; недостаточно полное владение литературой, рекомендованной учебной программой дисциплины
	<b>Уметь</b>	Обучающийся продемонстрировал: понимание основного учебного материала; правильные, без грубых ошибок, ответы (решения) на основные задания (вопросы), включая дополнительные, устранение, при наводящих вопросах преподавателя, замечаний по отдельным элементам задания (вопроса); недостаточно полное владение литературой, рекомендованной учебной программой дисциплины
	<b>Владеть</b>	Обучающийся понимание основного учебного материала; без грубых ошибок дал ответы на поставленные вопросы при устранении неточностей и ошибок в решениях в ходе защиты задания (проекта, портфолио) при наводящих вопросах преподавателя; недостаточно полное владение литературой, рекомендованной учебной программой дисциплины

### 3. ОПИСАНИЕ ШКАЛ ОЦЕНИВАНИЯ

При проведении промежуточной аттестации в АНО ВО «СЗУ» используются традиционные формы аттестации:

<b>Форма промежуточной аттестации</b>	<b>Шкала оценивания</b>
<b>ЗАЧЕТ</b>	«зачет», «незачет»

### 4. КРИТЕРИИ И ПРОЦЕДУРЫ ОЦЕНИВАНИЯ КОМПЕТЕНЦИЙ НА РАЗЛИЧНЫХ ЭТАПАХ ИХ ФОРМИРОВАНИЯ

Для оценивания результатов обучения в виде **ЗНАНИЙ** используются следующие процедуры и технологии:

- тестирование.

Для оценивания результатов обучения в виде **УМЕНИЙ и ВЛАДЕНИЙ** используются следующие процедуры и технологии:

- устный или письменный ответ на вопрос.
- практические задания, включающие одну или несколько задач (вопросов) в виде краткой формулировки действий (комплекса действий), которые следует выполнить, или описать результат, который нужно получить.

#### Критерии оценивания результата обучения по дисциплине (модулю)

Результат обучения по дисциплине (модулю)	ШКАЛА ОЦЕНИВАНИЯ				Процедуры оценивания
	«отлично»	«хорошо»	«удовлетворительно»	«неудовлетворительно»	
<u>УК-6</u>	Обучаемый	Обучаемый	Обучаемый	Обучаемый	Тестовые

<p><b>ОПК-7</b> <b>Знать:</b></p>	<p>продемонстрировал: глубокие исчерпывающие знания и понимание учебного материала; содержательные, полные, правильные и конкретные ответы на все вопросы, включая дополнительные; свободное владение основной и дополнительной литературой, рекомендованной учебной программой дисциплины.</p>	<p>продемонстрировал: твердые и достаточно полные знания учебного материала; правильное понимание сущности и взаимосвязи рассматриваемых процессов и явлений; последовательные, правильные, конкретные ответы на поставленные вопросы при свободном устранении замечаний по отдельным вопросам; достаточное владение литературой.</p>	<p>продемонстрировал: твердые знания и понимание основного учебного материала; правильные, без грубых ошибок, ответы на поставленные вопросы при устранении неточностей и несущественных ошибок в освещении отдельных положений при наводящих вопросах преподавателя; недостаточно полное владение литературой, рекомендованной учебной программой дисциплины.</p>	<p>продемонстрировал неправильные ответы на основные вопросы; грубые ошибки в ответах; непонимание сущности излагаемых вопросов; неуверенные и неточные ответы на дополнительные вопросы; не владеет основной литературой, рекомендованной учебной программой дисциплины.</p>	<p>задания</p>
<p><b>УК-6</b> <b>ОПК-7</b> <b>Уметь:</b></p>	<p>Обучаемый продемонстрировал: понимание учебного материала, содержательные, полные, правильные и конкретные ответы на все поставленные вопросы, включая дополнительные; свободное владение основной и дополнительной литературой, рекомендованной учебной программой дисциплины</p>	<p>Обучаемый продемонстрировал: понимание учебного материала; логически последовательные, правильные и конкретные ответы на основные задания/вопросы, включая дополнительные; устранение замечаний по отдельным элементам задания; владение основной и дополнительной литературой, рекомендованной учебной программой дисциплины</p>	<p>Обучаемый продемонстрировал: понимание основного учебного материала; правильные, без грубых ошибок, ответы на основные вопросы, включая дополнительные, устранение, при наводящих вопросах преподавателя, замечаний по отдельным элементам задания; недостаточное полное владение литературой, рекомендованной учебной программой дисциплины</p>	<p>Обучаемый продемонстрировал: непонимание основного учебного материала; не дал правильные ответы на основные вопросы, включая дополнительные; не устранил, при наводящих вопросах преподавателя, замечания и грубые ошибки по вопросу; не владеет основной учебной литературой, рекомендованной учебной программой дисциплины</p>	<p>Вопросы Практические задания</p>
<p><b>УК-6</b> <b>ОПК-7</b></p>	<p>Обучаемый продемонстрировал</p>	<p>Обучаемый продемонстрировал</p>	<p>Обучаемый продемонстрировал</p>	<p>Обучаемый продемонстрировал:</p>	<p>Вопросы Практические</p>

<b>Владеть:</b>	овал: понимание учебного материала; правильные и конкретные ответы, включая дополнительные уточняющие вопросы; свободное владение основной и дополнительно литературой, рекомендованной учебной программой дисциплины	ровал: понимание учебного материала; продемонстрировал логически последовательные, достаточно полные, верные ответы; самостоятельно устранил замечания по отдельным элементам; владение основной и дополнительной литературой, рекомендованной учебной программой дисциплины	л: понимание основного учебного материала; без грубых ошибок дал ответы на поставленные вопросы, в том числе при наводящих вопросах преподавателя; недостаточно полное владение литературой, рекомендованной учебной программой дисциплины	непонимание основного учебного материала; дал неправильные ответы на поставленные вопросы; не владеет основной учебной литературой, рекомендованной учебной программой дисциплины	задания
-----------------	--	---	--	---	---------

## 5. ОЦЕНОЧНЫЕ МАТЕРИАЛЫ

### 5.1. Оценочные материалы для самостоятельной работы обучающихся (студентов)

#### 5.1.1 Реферат

##### Примерные темы рефератов (УК-6.1, УК-6.2, ОПК-7.1, ОПК-7.2):

1. Профессиональные деструкции психолога: понятие, сущность и основные виды.
2. Факторы риска развития профессиональных деструкций у психологов: анализ индивидуальных и организационных причин.
3. Синдром эмоционального выгорания у психологов: механизмы формирования и ключевые индикаторы.
4. Стадии развития профессиональных деформаций и деструкций в психологической практике.
5. Влияние профессиональных деструкций на качество психологической помощи и взаимодействие с клиентами.
6. Самодиагностика профессионального здоровья психолога: методы и инструменты.
7. Психологические ресурсы устойчивости психолога к профессиональным деструкциям: личностные и профессиональные факторы.
8. Профилактика профессиональных деструкций: программы первичной, вторичной и третичной профилактики.

##### Структура реферата:

###### Введение

- Краткое описание темы и целей реферата.
- Актуальность темы.

###### Основная часть

- Теоретические основы темы

- История и эволюция (если применимо)
- Применение в современной экономике/бизнесе
- Примеры
- Проблемы и вызовы
- Перспективы и тенденции развития

#### Заключение

- Выводы по результатам исследования.
- Значение баз данных для современных информационных систем.

#### Список использованных источников

- Перечень использованной литературы и интернет-ресурсов.

#### **Критерии оценивания:**

##### Структура и логика изложения (20%)

- Четкая структура работы (введение, основная часть, заключение).
- Логичность и последовательность изложения материала.

##### Содержание (40%)

- Полнота раскрытия темы.
- Описание основных этапов развития баз данных.
- Анализ современных тенденций.
- Примеры применения баз данных в информационных системах.

##### Аналитическая часть (20%)

- Глубина анализа роли баз данных в информационных системах.
- Наличие собственных выводов и оценок.

##### Оформление (10%)

- Соответствие требованиям к оформлению рефератов (шрифт, отступы, заголовки и т.д.).
- Корректное оформление ссылок и списка литературы.

##### Язык и стиль (10%)

- Грамотность и точность изложения.
- Научный стиль текста.

#### **Требования к объему:**

Объем реферата должен составлять 10-15 страниц печатного текста (шрифт Times New Roman, размер 12, интервал 1.5, поля 2 см со всех сторон).

#### 5.2. Оценочные материалы для оценки текущей аттестации обучающихся (студентов)

##### 5.2.1 Тестовые задания для текущего контроля успеваемости в виде ЗНАНИЙ

В тестовом задании вопросы, которые имеют закрытый характер.

Правильные ответы указаны под каждым вопросом

#### **1. Что понимается под профессиональными деструкциям психолога? (УК-6.1, ОПК-7.1)**

- Естественное развитие профессиональных навыков
- Стойкие негативные изменения личности и профессиональной деятельности, снижающие эффективность труда
- Временные трудности адаптации к новой должности
- Повышение уровня профессиональной компетентности

*Правильный ответ:* б) Стойкие негативные изменения личности и профессиональной деятельности, снижающие эффективность труда.

**2. Какой из перечисленных факторов НЕ относится к организационным факторам риска профессиональных деструкций? (УК-6.1, ОПК-7.1)**

- а) Высокая нагрузка и переработки
- б) Нечёткое распределение обязанностей
- в) Личностная тревожность психолога
- г) Отсутствие возможностей для профессионального роста

*Правильный ответ:* в) Личностная тревожность психолога.

**3. Какая стадия эмоционального выгорания характеризуется ощущением хронической усталости и снижением энтузиазма? (УК-6.1, ОПК-7.1)**

- а) Стадия напряжения
- б) Стадия резистенции
- в) Стадия истощения
- г) Стадия адаптации

*Правильный ответ:* а) Стадия напряжения.

**4. Что является ключевым признаком профессиональной деформации? (УК-6.1, ОПК-7.1)**

- а) Расширение профессионального кругозора
- б) Перенос профессиональных стереотипов и моделей поведения в личную жизнь
- в) Повышение эмпатии к клиентам
- г) Улучшение коммуникативных навыков

*Правильный ответ:* б) Перенос профессиональных стереотипов и моделей поведения в личную жизнь.

**5. Какой метод профилактики деструкций предполагает регулярную рефлексия профессиональной деятельности и эмоциональных реакций? (УК-6.1, ОПК-7.1)**

- а) Супервизия
- б) Профессиональное обучение
- в) Физическая активность
- г) Административный контроль

*Правильный ответ:* а) Супервизия.

**6. Что из перечисленного является примером вторичной профилактики профессиональных деструкций? (УК-6.1, ОПК-7.1)**

- а) Проведение профориентации перед приёмом на работу
- б) Раннее выявление признаков эмоционального выгорания и их коррекция
- в) Организация корпоративных праздников
- г) Разработка должностных инструкций

*Правильный ответ:* б) Раннее выявление признаков эмоционального выгорания и их коррекция.

**7. Какой из перечисленных методов НЕ относится к техникам саморегуляции психолога? (УК-6.1, ОПК-7.1)**

- а) Дыхательные упражнения
- б) Визуализация
- в) Прогрессивная мышечная релаксация
- г) Критика собственной работы

*Правильный ответ:* г) Критика собственной работы.

**8. Какова роль балинтовских групп в профилактике профессиональных деструкций? (УК-6.1, ОПК-7.1)**

- а) Повышение заработной платы участников
- б) Обмен опытом, эмоциональная поддержка и рефлексия сложных случаев
- в) Проведение психологических экспериментов
- г) Организация досуга сотрудников

*Правильный ответ:* б) Обмен опытом, эмоциональная поддержка и рефлексия сложных случаев.

**9. Что НЕ входит в индивидуальную программу профилактики профессиональных деструкций? (УК-6.1, ОПК-7.1)**

- а) Регулярный мониторинг эмоционального состояния

- б) Планирование времени для отдыха и восстановления
- в) Постоянная работа сверхурочно
- г) Развитие навыков саморегуляции

*Правильный ответ:* в) Постоянная работа сверхурочно.

**10. Какой критерий является основным для оценки эффективности программ профилактики деструкций?**

- а) Количество проведённых тренингов
- б) Снижение показателей эмоционального выгорания и повышение профессиональной удовлетворённости
- в) Количество публикаций о программе
- г) Мнение руководства организации

*Правильный ответ:* б) Снижение показателей эмоционального выгорания и повышение профессиональной удовлетворённости.

**Критерии оценки результатов теста**

**1. "Неудовлетворительно" (0-39%)**

- Студент ответил правильно на менее 40% вопросов.
- Значительные пробелы в знаниях по большинству тем.
- Неправильное понимание ключевых понятий и принципов.
- Неспособность применить теоретические знания на практике.

**2. "Удовлетворительно" (40-59%)**

- Студент ответил правильно на 40-59% вопросов.
- Основные понятия и принципы поняты частично, есть ошибки в ответах.
- Знания по большинству тем на базовом уровне, недостаточная глубина понимания.
- Частичная способность применять теоретические знания на практике, нужны дополнительные разъяснения.

**3. "Хорошо" (60-79%)**

- Студент ответил правильно на 60-79% вопросов.
- Хорошее понимание ключевых понятий и принципов, незначительные ошибки.
- Знания по всем темам на достаточном уровне, однако есть некоторые пробелы.
- Способность применять теоретические знания на практике, но требуется улучшение точности и уверенности.

**4. "Отлично" (80-100%)**

- Студент ответил правильно на 80-100% вопросов.
- Полное и правильное понимание всех ключевых понятий и принципов.
- Глубокие знания по всем темам, минимальные или отсутствующие ошибки.
- Высокий уровень способности применять теоретические знания на практике, демонстрация уверенности и точности в ответах.

**5.2.2. Задачи на соответствие понятий для текущего контроля успеваемости в виде УМЕНИЙ**

Правильные ответы расположены в таблицах друг напротив друга, во время решения предполагается что порядок данных в рамках каждого столбца будет случайным.

**Задание 1. Соотнесите стадии эмоционального выгорания с их ключевыми проявлениями. (УК-6.1, УК-6.2, ОПК-7.1, ОПК-7.2)**

Стадия	Проявления
1. Напряжение	А. Эмоциональная холодность, цинизм, обесценивание работы

2. Резистенция	Б. Хроническая усталость, раздражительность, снижение мотивации
3. Истощение	В. Тревога, чувство перегруженности, первые признаки усталости

**Правильные ответы: 1 – В; 2 – А; 3 – Б.**

**Задание 2. Соотнесите виды профессиональных деструкций с их описанием. (УК-6.1, УК-6.2, ОПК-7.1, ОПК-7.2)**

Вид деструкции	Описание
1. Профессиональная деформация	А. Резкое нарушение профессионального здоровья, требующее срочной коррекции
2. Эмоциональное выгорание	Б. Постепенное изменение личностных качеств под влиянием профессиональной среды
3. Профессиональная деструкция	В. Длительный процесс истощения эмоциональных ресурсов в профессиональной деятельности

**Правильные ответы: 1 – Б; 2 – В; 3 – А.**

**Задание 3. Соотнесите факторы риска с их категорией (индивидуальные/организационные). (УК-6.1, УК-6.2, ОПК-7.1, ОПК-7.2)**

Фактор риска	Категория
1. Перфекционизм психолога	А. Организационный
2. Нечёткое распределение обязанностей	Б. Индивидуальный
3. Высокий уровень эмпатии	Б. Индивидуальный
4. Отсутствие системы поощрений	А. Организационный

**Правильные ответы: 1 – Б; 2 – А; 3 – Б; 4 – А.**

**Критерии оценки выполнения задач на соответствие.**

- **Правильность соответствий:**
  - **Отлично (5):** Все соответствия выполнены правильно.
  - **Хорошо (4):** 1 ошибка в соответствиях.
  - **Удовлетворительно (3):** 2 ошибки в соответствиях.
  - **Неудовлетворительно (2):** 3 и более ошибок в соответствиях.

5.3. Оценочные материалы для проведения промежуточной аттестации обучающихся (студентов) в виде ВЛАДЕНИЙ

5.3.1 Вопросы для проведения промежуточной аттестации в форме ЗАЧЕТА

#### **ТЕОРЕТИЧЕСКИЕ ВОПРОСЫ:**

1. **Вопрос: что включает понятие «профессиональное здоровье» психолога и какие ключевые компоненты его формируют? (УК-6.1, УК-6.2, УК-6.3, ОПК-7.1, ОПК-7.2, ОПК-7.3)**

**Ответ:** профессиональное здоровье — интегральный показатель способности специалиста эффективно выполнять профессиональные задачи при сохранении психофизиологического благополучия. Компоненты:

- психическое здоровье (устойчивость к стрессу, когнитивная гибкость);
- эмоциональное здоровье (способность к эмпатии без «заражения» чужими переживаниями);
- физическое здоровье (ресурс для длительной работы);
- социальная адаптация (гармоничные отношения в профессиональной среде).

2. **Вопрос:** назовите 3–4 типичные проблемы профессионального здоровья психологов и предложите по 1–2 способа их решения. (УК-6.1, УК-6.2, УК-6.3, ОПК-7.1, ОПК-7.2, ОПК-7.3)

**Ответ:**

- *эмоциональное истощение* → регулярная супервизия, техники саморегуляции;
- *дефицит времени на восстановление* → чёткое планирование рабочего графика, границы «рабочее/личное»;
- *чувство вины за «неидеальную» помощь* → работа с перфекционизмом, рефлексия ошибок;
- *одиночество в принятии решений* → участие в балинтовских группах, коллегиальное обсуждение случаев.

3. **Вопрос:** в чём принципиальное различие между профессиональной деформацией и профессиональной деструкцией? Приведите примеры. (УК-6.1, УК-6.2, УК-6.3, ОПК-7.1, ОПК-7.2, ОПК-7.3)

**Ответ:**

- *Деформация* — постепенное изменение личностных качеств под влиянием профессии (например, цинизм у психолога, работающего с кризисными клиентами).
- *Деструкция* — острое нарушение профессионального здоровья, ведущее к потере работоспособности (например, полное эмоциональное выгорание с невозможностью продолжать практику).

4. **Вопрос:** перечислите 4 механизма формирования профессиональных деформаций у психологов. (УК-6.1, УК-6.2, УК-6.3, ОПК-7.1, ОПК-7.2, ОПК-7.3)

**Ответ:**

- перенос профессиональных ролей в личную жизнь;
- накопление эмоционального напряжения без разрядки;
- стереотипизация мышления («все клиенты манипулируют»);
- идентификация с ролью «спасателя» (гипертрофированная ответственность).

5. **Вопрос:** опишите 3 ключевые стадии синдрома эмоционального выгорания (по модели М. Буриша) и укажите 2–3 симптома для каждой. (УК-6.1, УК-6.2, УК-6.3, ОПК-7.1, ОПК-7.2, ОПК-7.3)

**Ответ:**

- *Стадия напряжения* (тревога, хроническая усталость, раздражительность);
- *Стадия резистенции* (эмоциональная холодность, формализм в работе, обесценивание клиентов);
- *Стадия истощения* (апатия, психосоматические расстройства, мысли о смене профессии).

6. **Вопрос:** какие факторы повышают уязвимость психолога к эмоциональному выгоранию? Назовите 4–5. (УК-6.1, УК-6.2, УК-6.3, ОПК-7.1, ОПК-7.2, ОПК-7.3)

**Ответ:**

- высокая эмпатичность без навыков саморегуляции;
- работа с травматичными случаями (насилие, утраты);
- отсутствие поддержки в коллективе;
- нечёткие границы рабочего времени;
- перфекционизм и гиперответственность.

7. **Вопрос:** приведите 3 примера профессиональных деформаций психолога в консультативной практике и укажите их возможные последствия для клиента. (УК-6.1, УК-6.2, УК-6.3, ОПК-

### 7.1, ОПК-7.2, ОПК-7.3)

**Ответ:**

- *Ролевой экспансионизм* (навязывание «правильных» решений) → снижение автономии клиента;
- *Эмоциональная отстранённость* → ощущение клиентом равнодушия, недоверие к специалисту;
- *Гипердиагностика* (поиск патологий там, где их нет) → усиление тревожности клиента.

### 8. **Вопрос:** каковы долгосрочные последствия профессиональных деструкций для карьеры психолога? Опишите 3 сценария. (УК-6.1, УК-6.2, УК-6.3, ОПК-7.1, ОПК-7.2, ОПК-7.3)

**Ответ:**

- уход из профессии из-за потери смысла работы;
- переход в смежные области (HR, коучинг) с сохранением навыков, но без клинической практики;
- хроническое снижение качества помощи, ведущее к профессиональной дискредитации.

### **Тема 5. Профилактика профессиональных деформаций и деструкций**

### 9. **Вопрос:** перечислите 5 направлений первичной профилактики профессиональных деструкций психолога и кратко поясните каждое. (УК-6.1, УК-6.2, УК-6.3, ОПК-7.1, ОПК-7.2, ОПК-7.3)

**Ответ:**

- *Профессиональное обучение* (освоение навыков саморегуляции);
- *Супервизия* (рефлексия сложных случаев);
- *Организация рабочего процесса* (график, нагрузка, перерывы);
- *Личная психотерапия* (проработка собственных проблем);
- *Социальная поддержка* (общение вне профессиональной среды).

### **Тема 6. Коррекция профессиональных деформаций**

### 10. **Вопрос:** опишите алгоритм коррекционной работы с психологом, обнаружившим признаки профессиональной деформации (3–4 этапа). (УК-6.1, УК-6.2, УК-6.3, ОПК-7.1, ОПК-7.2, ОПК-7.3)

**Ответ:**

1. *Диагностика* (выявление конкретных проявлений деформации, оценка степени выраженности);
2. *Осознание и рефлексия* (анализ причин, влияние на личную и профессиональную жизнь);
3. *Разработка стратегии коррекции* (например, смена формата работы, обучение новым техникам, ограничение нагрузки);
4. *Мониторинг изменений* (оценка динамики, корректировка плана при необходимости).

#### **Критерии оценивания для зачета (зачет/незачет)**

- **Зачет:** Студент демонстрирует понимание основных понятий, корректно отвечает на теоретические вопросы и выполняет практические задания.
- **Незачет:** Студент не демонстрирует понимания основных понятий, отвечает с ошибками на теоретические вопросы и/или не справляется с практическими заданиями.